DESIDERATA

Passa tranquillamente tra il rumore e la fretta,
e ricorda quanta pace può esserci nel silenzio.
Finché è possibile senza doverti abbassare,
sii in buoni rapporti con tutte le persone.
Di' la verità con calma e chiarezza; e ascolta gli altri,
anche i noiosi e gli ignoranti;
anche loro hanno una storia da raccontare.
Evita le persone volgari ed aggressive; esse opprimono lo spirito.
Se ti paragoni agli altri, corri il rischio di far crescere in te orgoglio e acredine,
perché sempre ci saranno persone più in basso o più in alto di te.
Gioisci dei tuoi risultati così come dei tuoi progetti.
Conserva l'interesse per il tuo lavoro,
per quanto umile; è ciò che realmente possiedi per cambiare le
sorti del tempo.
Sii prudente nei tuoi affari, perché il mondo è pieno di tranelli.
Ma ciò non acciechi la tua capacità di distinguere la
virtù; molte persone lottano per grandi ideali, e dovunque la vita è
piena di eroismo.
Sii te stesso. Soprattutto non fingere negli affetti e
neppure sii cinico riguardo all'amore; poiché a dispetto di tutte le
aridità e disillusioni esso è perenne come l'erba.
Accetta benevolmente gli ammaestramenti che derivano dall'età,
lasciando con un sorriso sereno le cose della giovinezza.
Coltiva la forza dello spirito per difenderti contro l'improvvisa sfortuna.
Ma non tormentarti con l'immaginazione.
Molte paure nascono dalla stanchezza e dalla solitudine.
Al di là di una disciplina morale, sii tranquillo con te stesso.
Tu sei figlio dell'universo, non meno degli alberi e delle
stelle; tu hai diritto ad essere qui.
E che ti sia chiaro o no, non vi è dubbio che l'universo ti si stia schiudendo come dovrebbe.
Perciò sii in pace con Dio, comunque tu Lo concepisca, e qualunque siano le tue lotte e le tue
aspirazioni, conserva la pace con la tua anima pur nella rumorosa confusione della vita.
Con tutti i suoi inganni, i lavori ingrati e i sogni infranti, è ancora un mondo stupendo.
Fai attenzione. Cerca di essere felice.

Erroneamente presentato come "Manoscritto del 1692 trovato a Baltimora nell'antica chiesa di San Paolo".
In realtà, intorno al 1959, il reverendo Frederick Kates, rettore appunto della chiesa di St. Paul, a Baltimore, nel Maryland, incluse questo poema in una raccolta di materiale devozionale da lui preparata per la sua congregazione. In cima alla raccolta, c'era l'annotazione "Old St. Paul's Church, Baltimore, A.C. 1692", che è l'anno di fondazione della chiesa. Da qui l'equivoco.
In realtà, l'autore di questi versi è *Max Ehrmann*, un poeta di Terre Haute, Indiana, vissuto dal 1872 al 1945, che li scrisse intorno al 1920.